



Утверждаю:

заведующая МБДОУ «Детский сад №14 «Родничок» г. Азнакаево»

Г. Г. Мухаметшина

## Режим дня на холодный период года 2023 -2024 учебный год

	2-3 года	3-4 года	4-5 лет	5-6 лет	6-7лет
Утренний приём, игры, самостоятельная деятельность, дежурство, утренняя гимнастика	6.00-7.30	6.00-8.00	6.00-7.30 7.30- 8.00	6.00 – 7.00 7.00- 8.10	6.00 – 7.00 7.00- 8.10
Подготовка к завтраку, завтрак	7.30-8.30	8.00-8.30	8.00-8.30	8.10-8.35	8.10-8.35
Игры, подготовка к занятиям	8.30-9.00	8.30 -9.00	8.30 – 9.00	8.35 – 9.00	8.35 -9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе -2мин.)	9.00 -9.30 (в игровой форме по подгруппам)	9.00 –9.40	9.00 – 9.50	9.00-10.00	9.00-10.50
2-ой завтрак	9.30-10.00	9.40-10.00	9.50-10.10	10.00-10.15	10.50-11.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.00	10.00-11.00	10.10 -11.45	10.15-11.50	11.00 -12.00
Возвращение с прогулки	11.00-12.00	11.00-12.00	11.45-12.30	11.50 -12.30	12.00-12.30
Подготовка к обеду, обед	11.00-12.00	11.00-12.00	11.45-12.30	11.50 -12.30	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон	12.00-15.00	12.00-15.00	12.30 -15.00	12.30-15.00	12.30-15.00
Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Полдник	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30	15.00-15.30
Занятия	-	-	-	15.30 -15.55	-
Самостоятельная деятельность детей, игры	15.30-16.00	15.30-16.00	15.30- 16.15	15.55-16.30	15.30-16.30
Подготовка к ужину, ужин	16.00- 17.00	16.00 - 17.00	16.15-17.00	16.15-17.00	16.15-17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00	17.00-18.00
Прогулка	Дома			18.00-19.30	
Возвращение с прогулки, лёгкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры				19.30- 20.30/20.45	
Укладывание, ночной сон				20.30/20.45-6.00	